

# 大專校院資源教室輔導員樂觀傾向、生涯自我效能與專業耗竭之相關研究

學生：廖子瑄

指導教授：陳志賢 博士

國立臺南大學諮商與輔導學系碩士在職專班

## 摘要

本研究旨在探討大專校院資源教室輔導人員樂觀傾向、生涯自我效能與專業耗竭之相關。為達研究目的，本研究採問卷調查，使用之研究工具為樂觀傾向量表、生涯自我效能量表與專業耗竭量表，以 113 年度全國大專校院（共計 145 所）資源教室輔導員為研究對象，回收有效樣本共 158 份。資料分析的方法包含：描述性統計、獨立樣本  $t$  檢定、單因子變異數分析、皮爾森積差相關、逐步多元迴歸分析。本研究結果如下：

- 一、資源教室輔導員在樂觀傾向與生涯自我效能呈現中上，專業耗竭呈現中下。
- 二、在不同背景變項的資源教室輔導員中，46 歲以上樂觀傾向高於 21-25 歲；年資 12 年以上樂觀傾向高於年資 4-7 年；21-25 歲生涯自我效能最低；年資 12 年以上生涯自我效能高於年資 4-7 年；21-25 歲專業耗竭高於 46 歲以上。
- 三、資源教室輔導員樂觀傾向與生涯自我效能有顯著正相關，資源教室輔導員生涯自我效能與專業耗竭為顯著負相關，資源教室輔導員樂觀傾向與專業耗竭為顯著負相關。
- 四、資源教室輔導員整體樂觀傾向與整體生涯自我效能能有效預測整體專業耗竭；生涯自我效能中的難度知覺與樂觀傾向中的正向結果預期可預測情緒耗竭；生涯自我效能中的難度知覺與樂觀傾向中的勇於面對挫折可預測去人性化；生涯自我效能中的推論性與樂觀傾向中的勇於面對挫折可預測難度知覺。

關鍵字：資源教室輔導員、樂觀傾向、生涯自我效能、專業耗竭